

**PREVENCION DEL ENVENENAMIENTO CON PLOMO
EN LOS NIÑOS**
Página informativa

1. El plomo causa daño a los niños

El plomo puede dañar el cerebro y el sistema nervioso de los niños. El envenenamiento por plomo es más peligroso en los niños menores de seis años porque su cuerpo está en rápido crecimiento y desarrollo y puede absorber más plomo. El plomo puede causarles problemas permanentes de aprendizaje y comportamiento en la escuela.

2. La única manera de saber si su hijo(a) está envenenado(a) con plomo es hacerle un análisis de contenido de plomo en la sangre.

La mayoría de los niños envenenados por plomo no aparentan estar enfermos.

Los niños con más riesgo de envenenamiento por plomo son los que viven o pasan tiempo en casas viejas que tienen pintura a base de plomo escarapelada la cual ha contaminado la tierra y el polvo.

A los niños debe hacerles un análisis de sangre al año y a los dos años de edad. También debe hacerse a los niños de tres a seis años que estén en riesgo y a quienes nunca se les haya hecho un análisis de sangre de plomo en la sangre. Hable con su médico para ordenarle un análisis de plomo en la sangre de sus niños.

3. La mayoría de los niños se envenenan con plomo al ingerir restos de pintura deteriorada a base de plomo que se utilizó en casas construidas antes de 1978 debido a que:

- La pintura a base de plomo se escarapela o astilla;
- Durante reparaciones o renovaciones en la casa, la pintura a base de plomo se altera.
- El polvo conteniendo pintura de plomo se acumula en las casas y sus cercanías.
- El suelo alrededor de la casa donde juegan los niños se contamina con polvo conteniendo restos de pintura a base de plomo.
- El polvo de plomo se pega a los dedos, juguetes, y otros objetos que los niños se meten en la boca.

4. El plomo también puede envenenar a los niños a través de:

- Vajillas hechas a mano, especialmente de cerámica importada, decorada con pintura o barniz a base de plomo.
- Remedios tradicionales caseros como Azarcón, Greta, y Pay-loo-ah.
- Cosméticos tradicionales tales como Kohl y Surma.
- Algunos dulces y alimentos importados.
- Trabajadores expuestos al plomo incluyendo sus ropas y zapatos. Algunos de los trabajos que pueden exponer al plomo son: reparación de radiadores, fabricación y reciclaje de baterías, fundición de plomo, construcción, y pintura.

5. Una buena nutrición puede ayudar a los niños a absorber menos plomo

Sus hijos deben comer tres comidas y bocadillos saludables al día que incluyan:

- *Alimentos ricos en calcio (como leche, queso, yogur y tofu).*
- *Alimentos ricos en hierro (como carne baja en grasa, frijoles, cereales y granos fortificados con hierro, fruta seca, verduras de color verde oscuro).*
- *Alimentos ricos en vitamina C (como frutas frescas, congeladas o enlatadas y jugos).*

6. Los padres o personas encargadas de los niños pueden ayudar a prevenir que ellos no se envenenen con plomo tomando las siguientes precauciones:

- Sacúdase o quítese los zapatos antes de entrar en la casa.
- Si hay pintura a base de plomo sobre la superficie adentro y afuera de la casa:
 - Lávese frecuentemente las manos y los juguetes de los niños;
 - Mantenga limpios los suelos lavándolos y trapeándolos frecuentemente para eliminar el polvo.
 - Cuando pinte o remodele su casa, siempre siga las reglas y prácticas de seguridad que se recomiendan para evitar la contaminación por plomo:
 - Use plásticos para cubrir los muebles y suelos mientras trabaja;
 - Use una botella de rociar para mojar la superficie de trabajo antes de raspar o lijar;
 - Al final del día, cuando termine el trabajo, trapee el área y suelos con limpiador y agua.

7. No lleve plomo de su trabajo a la casa

- Cámbiense la ropa y zapatos de trabajo antes de entrar en su auto o al regresar a su casa.
- Ponga la ropa y zapatos sucios dentro de una bolsa de plástico.
- Lávese la cara y las manos con jabón y agua antes de salir del trabajo.
- Báñese y lávese el cabello en cuanto llegue a la casa. Si es posible, es mejor bañarse en el trabajo.
- Lave la ropa de trabajo por separado del resto de la ropa. Vacíe la lavadora y póngala a trabajar de nuevo para enjuagar el plomo.

8. Hay análisis de sangre gratuitos disponibles para la mayoría de los niños

En la mayoría de los casos un análisis de plomo en la sangre es gratuito. Generalmente los planes de seguro médico privados pagan por el análisis de sangre. Los niños que no tienen seguro médico privado podrían calificar para un análisis gratuito a través de CHDP, Medi-Cal, o Familias Saludables.

Para saber si usted califica llame al:

1(888) 747-1222 para Medi-Cal y *Familias Saludables*

El Departamento de Salud del Condado de Los Angeles, a través de su Programa de Prevención de Envenenamiento por Plomo en los Niños puede proveerle más información.

1 800 LA-4-LEAD (524-5323)

***Programa de Prevención del Envenenamiento por
Plomo en la Niñez***

Condado de Los Angeles